

活動訊息

◇ 生命教育月—大家話生命

輔導處將於 10/17-11/30 辦理生命教育週「大家話生命」活動。據英國互聯網搜尋器 Ask Jeeves 發表的最新研究報告顯示，過去 10 年人類十大無法回答問題名列榜首的是「甚麼是生命的意義？」（星洲日報，2010）。

輔導處讓各位同學們大家來集思廣義，將「生命是什麼」及「人生的意義」兩大主題，將部分同學的想法刊登在輔導處外面的牆上，為了讓同學能有更多元的意見與交流，輔導處外面桌子放置留言筆記本，期待各位同學可以寫下你/妳們心目中的想法，也可在同學意見下方，貼小卡留言回應，讓大家可以互相交流，對這兩個大哉問有更深的思考喔！

大家話生命，同學大聲說！

● 人生的意義是...

113 袁晨馨 我覺得當我們有了重要的人，有了可以談心的朋友，有了可以想念的回憶，有了可以回去的家，有了不能毀滅的夢想，那便是人生的意義了。

102 洪芯珮 人生就像走進一間超商，找尋自己要的東西，或許早有想法要購買什麼商品，又或者在思索。出了商店，手上是否已經拿著滿足。

104 韓小嫻 上帝給了你生命跟靈魂，所以不要活得像一只軀殼，過著成天沒事幹的日子，既然擁有了靈魂，就用心體悟人生中的酸甜苦辣，不然跟蟬蛻沒有兩樣。

生命教育文章

李開復：「除去虛名和成就，你的人生還剩下什麼？」。

在死亡面前，讓我學到人生最重要的其實是_____（上篇）

本文摘自李開復新書《我修的死亡學分》

第四個學分：學會如何生活，活在當下。我的癌症是淋巴癌四期，我認為我的生命並不長了。當時我也想到，如果我的生命真的只有 100 天了，我會怎麼樣渡過這個時間？我的結論和看護臨終病人的護士是非常相似的。

我的結論是說，我要讓我的親人知道我如何愛他們，我和他們在一起渡過特別難忘的時光，無論是和妻子去我們蜜月的地方，或者和孩子去一個我們過去特別快樂的地方，懷念回憶過去的美好，這才是活。我希望活的時候，能全心全意每一刻活著，不只是腦子不停想我的公司，想我的事情。開始看世界其實是充滿了美好的東西的。

如果稍微偶爾慢一下，能活在當下，才能體驗到這些美好，才能感覺自己沒有白活。慢下來的時候，才會感受世界的美好。這是美食，這是我們最愛的酒，這是漂亮的衣服，留到哪一天才會穿。

我鼓勵你們，不要把所有事情都推到以後和將來，去找一個等特殊的日子。我希望我們都活在當下，今天為什麼不能成為那個特殊的日子呢？讓每一天都成為最特殊的一天。我覺得人生如果這樣活下去，不僅僅是最後的一百天，而是每一天都這樣活下去，一定會非常圓滿，豐富。

第五個學分：經得住名利的誘惑。我們小的時候，我父親跟我們說，不要愛財。對財富來講，越多越好，但是不會貪婪的得到更多。中國有一個通病，特別愛名。我父親留給我 10 個字，有容則乃大，無求則更高。人死留名，我們希望做好的事情是對的，希望留名沒有任何的必要，除了孔子以外，有哪個人被大家都記住了。我相信我們每一位 50 年以後都沒有被別人記下來。當你特別糾結自己名的時候，或許刻意，或者不刻意，都會讓自己追求名成為一種方式。比如說之前我告訴年輕人追求自己的夢想，最大化自己的影響力，做最好的自己。這個話沒有錯，如果把最大化影響力這個詞發揮到極致，每天機械化衡量影響力有沒有提升，有沒有人聽我的演講，成為我的粉絲。在我生病前的 5 到 10 年，慢慢越來越越順，越來越多人喜歡把我當成他們的導師，一方面出於善心的幫助年輕人，但是不可避免的，每天也在追隨有更大的影響力。聽起來是很灰色的地帶，影響力是好的嗎？要一點名沒有關係，我和清雲大師討論這個事情的時候，他告訴我，其實人是禁不住誘惑的。你要影響力的目的就是讓世界更好，不斷做好事情，不斷衡量，我和別人都做好事就夠了，為什麼算我賣了多少本書，有多少粉絲呢？這樣的過程，讓我發現，雖然我認為我一直追求的方向和建議並沒有錯，但是如果特別機械化的追求效率，衡量每一天的結果，會讓我們變得更冷漠無情。所以我發現，雖然我走的道路是正確的，但是過度追求名聲，讓我走偏了。

第六個學分：人人平等，善待每一個人。當你追求每一件事情最大化影響力的時候，你就想認識更多聰明的人。見創業者只見最頂尖的，一個青年人找你簽字，如果是普通人，你就不考慮，你會見聰明人，成功人，把自己的一圈都變成社會的頂尖人士。但是我發現，如果真的再繼續這麼做的話，其實喪失了非常重要的一點就是人人是平等的。當我得了癌症，發的第一條微博就是，癌症面前人人平等。但是我慢慢覺醒的時候，我發現任何事上，人人都是平等的。世界的奧妙，不允許我們渺小的人類評估。我們憑什麼說這個人是普通人，這個人不怎麼樣，這個企業不會成功，這個創業者不行。既然我們沒有權利，也沒有能力做評估的話，既然人人都是平等的，只要時間允許，我會秉承這樣的理念，讓我花更多的時間在網上和一些包括所謂的普通網友交流，每一周見一些想要見我的人，哪怕我們從來不認識，哪怕他們並沒有特別光輝的履歷。我建議大家，不要吝嗇給別人愛的關懷。因為你對任何人，優秀的人，普通的人，都是一樣的。你對任何人的微笑，一個行為，都可能幫助別人，幫助生命。

第七個學分：我們的人生究竟是為什麼？如果我們太狂妄的說，我們的人生就是為了改變世界。我們這麼渺小，憑什麼狂妄，我們世界改變了，是更好，還是更不好，每天做的每一件事都能評估出來嗎？我認為我們不必強求把改變世界作為我們的要求。如果每天拼命改變世界，那是充滿壓力的。我認為來到人生，我們有緣認識周圍的人，好好體驗人生，結交善緣，做事問心無愧，憑良心，做人真誠平等，讓自己的每一天都能有學習，成長，其實那就足夠了。如果世界上每一個人都這麼做，世界就會變得更好。如果過去我的哲學更多的是因為人生只有一次，所以要分秒必爭，徵求效率做最好的自己。現在我更覺得說，其實生命裡很多東西，並沒有辦法用科學的方法解釋，並沒有辦法每天衡量，比如說人與人之間的緣份。從現在開始，我不再看世界上很多的缺陷批評他們，我相信每一個平等的生命都是來到這裡不斷學習，不斷成長。人只有有缺陷才能學習成長，我們沒有權利過分的批評別人，我們需要做的是怎麼讓自己成為一個更好更完善的人。既然每個人都在持續成長，對於那些曾經傷害我，打擊我，或者未來打擊我的人，我不但寬恕他們，而且感謝他們，因為他們可能點醒我很多的不足。我相信人生的生命是與大宇宙連在一起的，我們有責任提升自己。我們的生命隨著心跳停止也沒關係，我們的人生只有一次，死去離開世界。如果這一生是體驗、學習、提升，我相信也會讓世界更美好，整個世界的群體意識也會變得更正向。我認為珍貴的生命旅程，應該保持著初學者的心態，對世界有兒童一般的好奇心，好好體驗人生，

讓每天的自己都比以前有進步有成長。不要想著改變他人，做事問心無愧，多感恩和愛你周圍的人。對人真誠、平等，這樣就足夠了。如果世界上每個人都能如此，世界就會更美好！

第-1-頁。

第-2-頁。